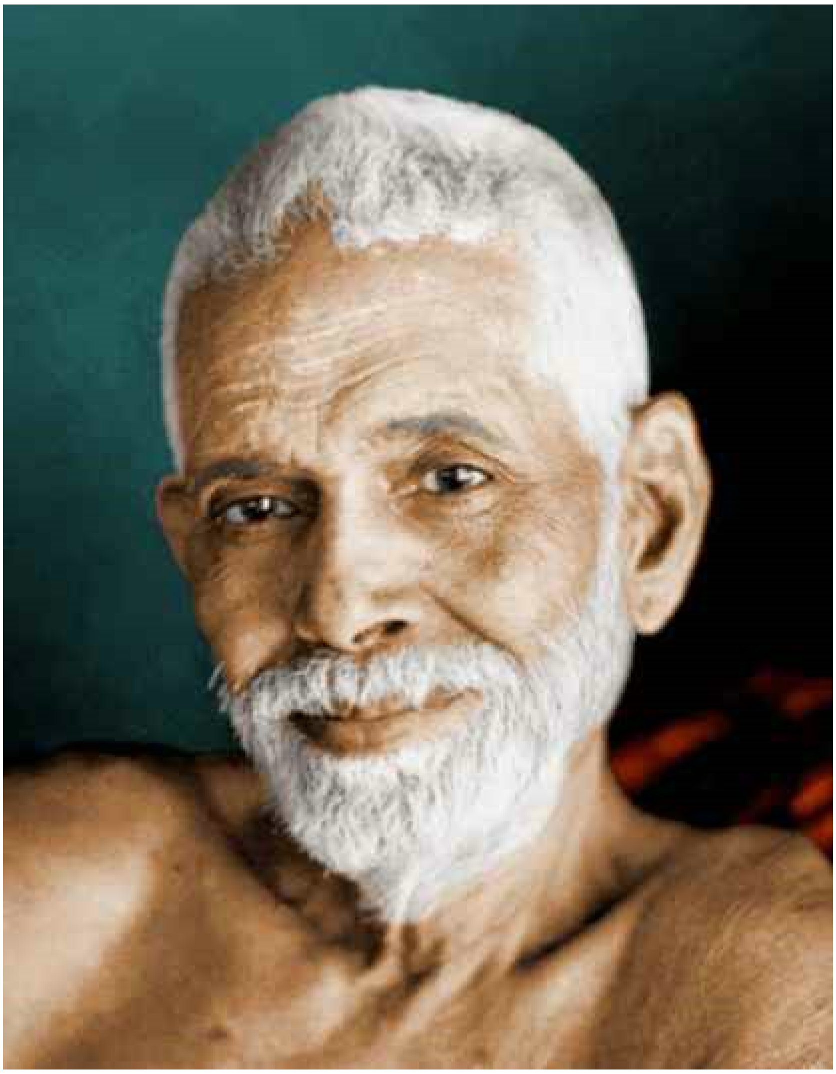
ഞാൻ ആരാണ്?

ശ്രീ രമണഭഗവാൻ അരുളി ചെയ്തത്



ഓം നമോ ഭഗവതേ ശ്രീ രമണായ

ശ്രീരമണമഹർഷിയുടെ ഉപദേശങ്ങളുടെ സാരസംഗ്രഹമാണ് ഈ ചെറുഗ്രന്ഥത്തിലെ ഉള്ളടക്കം. "*ഞാൻ ആരാണ്*" എന്ന ആത്മവിചാരമാണ് എല്ലാത്തരം ദുഃഖനിവൃത്തിക്കും പരമാനന്ദപ്രാപ്തിക്കുമുള്ള പ്രധാനഉപായം എന്ന് അദ്ദേഹം വെളിപ്പെടുത്തുന്നു. '*Who Am I?*' എന്ന ആംഗലേയഗ്രന്ഥത്തിന്റെ മലയാളം പരിഭാഷയുടെ പകർപ്പാണ് ഈ ചെറുഗ്രന്ഥം.

ശ്രീരമണമഹർഷിയെക്കുറിച്ചും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഉപദേശങ്ങളെക്കുറിച്ചും കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാൻ താൽപര്യമുള്ളവർക്ക് www.sriramanamaharshi.org വെബ്സൈറ്റ് സന്ദർശിച്ച് PDF രൂപത്തിലുള്ള ആംഗലേയ ബുക്കുകൾ വായിക്കാവുന്നതാണ്.

മലയാളം പരിഭാഷയുടെ പകർപ്പ് നിങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്തിന് വേണ്ടി ഇന്റർനെറ്റിൽ ലഭ്യമാക്കിയത് ശ്രേയസ് വെബ്സൈറ്റ് ആണ്. ജ്ഞാനേശ്വരി ഗീത തുടങ്ങി മറ്റുചില പുരാതന ഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ ഏറ്റവും പുതിയ ഇന്റർനെറ്റ് പതിപ്പ് ലഭിക്കുവാൻ **http://sreyas.in** വെബ്സൈറ്റ് സന്ദർശിക്കുക.

നന്ദിയും കടപ്പാടും: ശ്രീരമണാശ്രമം, തിരുവണ്ണാമല.

ഞാൻ ആരാണ്?

സകലജീവികളും ദുഃഖത്തിന്റെ ബാധകൂടാതെ എന്നും സുഖമനുഭവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എല്ലാവർക്കും അവരവരിൽത്തന്നെ അധികം പ്രീതിയുളവാകുന്നു. പ്രീതിക്ക് സുഖം തന്നെയാകുന്നു മൂലകാരണം. ദിവസംതോറും സുഷുപ്തിയിൽ അനുഭവിക്കുന്ന ആ സ്വാഭാവികമായ സുഖത്തെ പ്രാപിക്കുവാൻ ആത്മജ്ഞാനം അത്യാവശ്യമാകുന്നു. അതിലേക്കു "ഞാൻ ആരാണ്" എന്ന വിചാരം പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്.

1. **ഞാൻ ആരാണ്?**

സപ്തധാതുമയമായ സ്ഥൂലദേഹമല്ല 'ഞാൻ'.
ശബ്ദസ്പർശരൂപരസഗന്ധമെന്ന പഞ്ചവിഷയങ്ങൾ യഥാക്രമം അറിയുന്ന ചെവി, ത്വക്ക്, കണ്ണ്, നാക്ക്, മൂക്ക് എന്നീ ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളും 'ഞാൻ' അല്ല. വചനം, ഗമനം, ദാനം, മലവിസർജ്ജനം, ആനന്ദിക്കൽ എന്നീ അഞ്ചു പ്രവൃത്തികളും നടത്തുന്ന വാക്ക്, പാദം, പാണി, പായു, ഉപസ്ഥം എന്നീ കർമ്മേന്ദ്രിയപഞ്ചകവും 'ഞാൻ' അല്ല. ശ്വസനാദി പഞ്ചപ്രവൃത്തികളും നടത്തുന്ന പ്രാണാദി പഞ്ചവായുക്കളും 'ഞാൻ' അല്ല. വിചാരിക്കുന്ന മനസ്സും 'ഞാൻ' അല്ല. സർവ്വവിഷയങ്ങളും സർവ്വകർമ്മങ്ങളും ഇല്ലാതായി വിഷയവാസനകളെ മാത്രം വഹിക്കുന്ന അജ്ഞാനവും 'ഞാൻ' അല്ല.

2. **ഇവയൊന്നും 'ഞാൻ' അല്ലെങ്കിൽ പിന്നെ 'ഞാൻ' എന്നുവച്ചാൽ ആരാ?**

മുൻപറഞ്ഞമാതിരി 'ഇതു ഞാൻ അല്ല, ഇതു ഞാൻ അല്ല' എന്നു നിഷേധിച്ച് ഒടുവിൽ തള്ളുവാൻ തരമില്ലാതെ തനിയെ ശേഷിക്കുന്ന 'അറിവ്' ആകുന്നു 'ഞാൻ'.

3. **അറിവിന്റെ സ്വരൂപം എന്ത്?**

അറിവിന്റെ സ്വരൂപം സച്ചിദാനന്ദം.

4. **സ്വരൂപദർശനം എപ്പോൾ കിട്ടും?**

ദൃശ്യമായ ജഗത്തില്ലാതാവുമ്പോൾ ദൃക്കായ സ്വരൂപദർശനമുണ്ടാകും.

5. **ജഗത്തുണ്ടെന്നു തോന്നുമ്പോൾ സ്വരൂപദർശനമുണ്ടാവില്ലേ ?**

ഉണ്ടാവില്ല.

6. **എന്തുകൊണ്ട്?**

ദൃക്കും ദൃശ്യവും, രജ്ജുവും സർപ്പവും പോലെയാകുന്നു. കൽപ്പിതമായ സർപ്പജ്ഞാനം പോകാതെ തദധിഷ്ഠാനമായ രജ്ജുജ്ഞാനം ഉണ്ടാകാത്തതുപോലെ, കല്പിതമായ ജഗൽഭ്രാന്തി നശിച്ചല്ലാതെ

അധിഷ്ഠാനമായ സ്വരൂപദർശനത്തിന്റെ ദർശനം ഉണ്ടാവില്ല.

7. **ദൃശ്യമായ ജഗത്ത് എപ്പോഴാണ് മറയുക?**
സകല ജ്ഞാനത്തിനും സകല കർമ്മത്തിനും മൂലമായ മനസ്സ് അടങ്ങിയാൽ ജഗത്തും മറയും.

8. **മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപമെന്ത്?**
മനസ്സെന്നാൽ ആത്മസ്വരൂപത്തിലുള്ള ഒരു അതിശയശക്തി. അത് സകല വിചാരങ്ങളെയും സങ്കൽപ്പിക്കുന്നു. വിചാരങ്ങളെല്ലാം നീക്കിനോക്കിയാൽ മനസ്സെന്നു പ്രത്യേകിച്ചൊരു പദാർത്ഥമില്ല. അതുകൊണ്ട് മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപം വിചാരം തന്നെ. സങ്കൽപ്പമാത്രങ്ങളല്ലാതെ ജഗത്തെന്നു വേറെയൊരു പദാർത്ഥമില്ല. ഉറക്കത്തിൽ വിചാരങ്ങളുമില്ല, ജഗത്തുമില്ല; ജാഗ്രൽസ്വപ്നങ്ങളിൽ വിചാരങ്ങളും ജഗത്തും ഉണ്ട്. എട്ടുകാലി എങ്ങനെയോ തന്നിൽനിന്നുണ്ടായ നൂൽനൂറ്റു വീണ്ടും അതു തന്നിൽ പ്രതിസംഹരിക്കുന്നുവോ അതുപോലെതന്നെ മനസ്സും തന്നിൽനിന്നു പ്രപഞ്ചത്തെ തോന്നിപ്പിച്ചു വീണ്ടും തന്നിൽത്തന്നെ ഒതുക്കുന്നു.

മനസ്സ് ആത്മസ്വരൂപത്തിൽ നിന്നു പുറത്തുവരുമ്പോഴാണ് ജഗത്ത് ഭാസിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ജഗൽഭ്രമമുള്ളപ്പോൾ സ്വരൂപജ്ഞാനമുണ്ടാവില്ല; സ്വരൂപജ്ഞാനം പ്രകാശിക്കുമ്പോൾ ജഗൽപ്രകാശവുമില്ല. മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപത്തെക്കുറിച്ച് നിരന്തരമായി വിചാരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മനസ്സ് താനായി പരിണമിക്കും. 'താൻ' എന്നത് ആത്മസ്വരൂപം തന്നെ. മനസ്സെപ്പോഴും ഒരു സ്ഥൂലവസ്തുവിനെ ആശ്രയിച്ചേ നിൽക്കുകയുള്ളൂ; തനിച്ചു നിൽക്കില്ല. മനസ്സിനെത്തന്നെയാണ് സൂക്ഷ്മശരീരമെന്നും ജീവനെന്നും പറയുന്നത്.

9. **മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപത്തെ വിചാരിച്ചറിയാനുള്ള മാർഗ്ഗമെന്താകുന്നു?**
ഈ ദേഹത്തിൽ 'ഞാൻ' എന്ന് ഭാസിക്കുന്നതേതോ അത് മനസ്സാകുന്നു. 'ഞാൻ' എന്ന വിചാരം ദേഹത്തിൽ ഏതൊരിടത്തിൽ നിന്നാണ് ആദ്യം പുറപ്പെടുന്നതെന്ന് ആലോചിച്ചാൽ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നാണെന്നു അറിയാറാകും. മനസ്സിന്റെ പിറപ്പിടം ആതാകുന്നു. 'ഞാൻ ഞാൻ' എന്ന് ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാലും അവിടെത്തന്നെകൊണ്ടുചെന്നാക്കും. മനസ്സിലുദിക്കുന്ന എല്ലാ വിചാരങ്ങളിലും വെച്ചു ആദ്യമുണ്ടാകുന്ന വിചാരം 'ഞാൻ' എന്ന വിചാരമാകുന്നു. ഇതു ഉദ്ഭവിച്ചതിന്റെ ശേഷമേ അനേകങ്ങളായ മറ്റു വിചാരങ്ങൾ ഉണ്ടാകുകയുള്ളൂ. 'ഞാൻ' എന്ന ജ്ഞാനം ഉളവായതിന്റെ ശേഷമേ 'നീ, അവൻ' മുതലായ ജ്ഞാനം ഉണ്ടാകുകയുള്ളൂ. 'അഹം' എന്നതില്ലെങ്കിൽ ത്വം മുതലായ വാക്കുകൾക്ക് പ്രസക്തിയില്ല.

10. **മനസ്സെങ്ങനെയടക്കും?**
'ഞാൻ ആര്' എന്ന വിചാരത്താൽ മാത്രമേ മനസ്സടങ്ങൂ. 'ഞാൻ ആര്' എന്ന ചിന്ത മറ്റുചിന്തകളെയെല്ലാം നശിപ്പിച്ചു ചുടലക്കൊള്ളിപോലെ

ഒടുവിൽ അതും നശിക്കും. പിന്നീട് സ്വരൂപദർശനവും ഉണ്ടാകും.

11. **ഞാൻ ആരാണെന്നുള്ള വിചാരം സദാകാലവും ഉണ്ടാകുവാനുള്ള ഉപായം എന്ത്?**
മനസ്സിന്റെ വിക്ഷേപങ്ങളുടെ അവസാനം കാണുവാൻ യത്നിക്കാതെ അവ ആർക്കാണ് ഉണ്ടായതെന്ന് വിചാരിക്കണം. എത്ര വിചാരങ്ങളുണ്ടായാലെന്താ, ഓരോരോ വിചാരവും ഉദിക്കുമ്പോൾ തന്നെ ജാഗ്രതയോടെ അത് ആർക്കാണുണ്ടായതെന്ന് വിചാരിച്ചാൽ 'എനിക്ക്' എന്ന് തോന്നും. ഈ 'ഞാൻ ആര്' എന്ന് വിചാരിച്ചാൽ, മനസ്സ് തന്റെ പിറവി എവിടെയോ അവിടേയ്ക്ക് തിരിച്ചുപോകും. ഇങ്ങനെ പരിചയിച്ചു ശീലിച്ചാൽ മനസ്സിന് തന്റെ പിറപ്പിടത്തിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കുവാനുള്ള ശക്തി വർദ്ധിക്കും.

സൂക്ഷ്മമായ മനസ്സു ബുദ്ധീന്ദ്രിയാധീനമായി വിക്ഷേപിക്കുമ്പോൾ സ്ഥൂലങ്ങളായ നാമരൂപങ്ങൾ തോന്നുന്നു. ഹൃദയത്തിൽ ഒതുങ്ങുമ്പോൾ നാമരൂപങ്ങൾ മറയുന്നു. മനസ്സിനെ പുറത്തേക്ക് വിടാതെ ഹൃദയത്തിൽത്തന്നെ ഒതുക്കിവച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനു അന്തർമുഖം എന്നുപറയുന്നു. ഹൃദയത്തിൽനിന്ന് പുറത്തേക്കയക്കുന്നതിന് ബഹിർമുഖം എന്നുംപറയുന്നു. ഇപ്രകാരം മനസ്സ് ഹൃദയത്തിൽ വിശ്രമിക്കുമ്പോൾ സകല വിചാരങ്ങൾക്കും മൂലമായ 'ഞാൻ' എന്നത് പോയി നിത്യമായ 'താൻ' മാത്രം പ്രകാശിക്കും. എന്തുതന്നെ ചെയ്യുന്നതായാലും 'ഞാൻ' എന്ന അഹങ്കാരം നീക്കിയിട്ടുവേണം ചെയ്യുവാൻ. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ എല്ലാം ശിവാത്മകമായിത്തീരും.

12. **മനസ്സടക്കുന്നതിനു വേറെ ഉപായങ്ങളില്ലേ?**
അദ്ധ്യാത്മവിചാരമല്ലാതെ വേറെ തക്കതായ ഉപായമൊന്നുമില്ല. മറ്റുള്ള ഉപായങ്ങളെക്കൊണ്ട് പിടിച്ചുനിറുത്തിയാലും മനസ്സ് അടങ്ങിയതുപോലെയിരുന്നു വീണ്ടും ഉദിക്കുന്നതാണ്. പ്രാണായാമംകൊണ്ടും മനസ്സടക്കാം. പക്ഷേ, പ്രാണൻ അടങ്ങിനില്ക്കുന്നതുവരെ മനസ്സും അടങ്ങിയിരുന്നു, പ്രാണൻ ചലിക്കുവാൻ തുടങ്ങിയാൽ മനസ്സും വാസനാനുകൂലമായി അലയുവാൻ തുടങ്ങും. മനസ്സിന്റെയും പ്രാണന്റെയും പിറപ്പിടമൊന്നുതന്നെയാണ്. വിചാരംതന്നെ മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപം; 'ഞാൻ' എന്നതാണ് മനസ്സിലെ ആദ്യത്തെ വിചാരം; അതുതന്നെ അഹങ്കാരം. അഹങ്കാരം എവിടെനിന്നുത്ഭവിക്കുന്നുവോ അവിടെനിന്നുതന്നെയാണ് ശ്വാസവും ഉണ്ടാകുന്നത്. അതിനാൽ മനസ്സടങ്ങുമ്പോൾ പ്രാണനും പ്രാണൻ അടങ്ങുമ്പോൾ മനസ്സും അടങ്ങും.

എന്നാൽ സുഷുപ്തിയിൽ മനസ്സടങ്ങുന്നുണ്ടെങ്കിലും പ്രാണൻ അടങ്ങുനില്ല. ദേഹത്തെ കാത്തുരക്ഷിപ്പാനും ദേഹം മൃതിയടഞ്ഞുപോയോ എന്ന് അന്യർ സംശയിക്കാതിരിക്കാനുമായി ഇങ്ങനെയാണ് ഈശ്വരൻ നിയമിച്ചിട്ടുള്ളത്. ജാഗ്രത്തിലും സമാധിയിലും മനസ്സടങ്ങുമ്പോൾ

പ്രാണനും അടങ്ങുന്നു. പ്രാണൻ മനസ്സിന്റെ സ്ഥൂലരൂപമാകുന്നു. മരണകാലം വരുന്നതുവരെ മനസ്സ് പ്രാണനെ ഉടലിൽ വെച്ചുകൊണ്ടു ഉടൽ നിർജ്ജീവമാകുമ്പോൾ അതിനെ കവർന്നുകൊണ്ടുപോകുന്നു. അതുകൊണ്ട് പ്രാണായാമം മനസ്സടക്കുവാൻ സഹായമായിത്തീരുമെന്നല്ലാതെ മനസ്സിനെ നശിപ്പിക്കില്ല.

പ്രാണായാമം പോലെ മൂർത്തിധ്യാനം, മന്ത്രോച്ചാരണം, ആഹാരനിയന്ത്രണം എന്നിവയും മനസ്സിനെ അടക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നവതന്നെ.

മൂർത്തിധ്യാനംകൊണ്ടും മന്ത്രോച്ചാരണംകൊണ്ടും മനസ്സ് ഏകാഗ്രതയെ പ്രാപിക്കുന്നു. മനസ്സാകട്ടെ സദാ ചലിച്ചുകൊണ്ടുതന്നെയിരിക്കും. ആനയുടെ തുമ്പിക്കൈയിൽ ഒരു ചങ്ങല കൊടുത്താൽ അത് എങ്ങനെ വേറെ ഒന്നിനെയും തൊടാതെ ചങ്ങലയെത്തന്നെ പിടിച്ചുകൊണ്ടുപോകുമോ, അതേപ്രകാരംതന്നെ മനസ്സിനെ ഏതെങ്കിലും ഒരു നാമത്തിലോ രൂപത്തിലോ നിർത്തി ശീലിപ്പിച്ചാൽ അതിൽത്തന്നെ പതിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കും. മനസ്സ് അനേകചിന്തകളായി പിരിയുന്നതിനാൽ ഓരോരോ ചിന്തയും ഏറ്റവും ബലഹീനമായിത്തീരുന്നു. വിചാരങ്ങൾ അടങ്ങിയടങ്ങി ഏകാഗ്രതയിൽ എത്തി അതുകൊണ്ട് ബലവത്തായിത്തീർന്ന മനസ്സിന് ആത്മവിചാരം സുലഭമായി സിദ്ധിക്കും. എല്ലാ നിയമങ്ങളിലും വച്ചു സാത്വികമായ മിതഭക്ഷണനിഷ്ഠയാൽ മനസ്സിന്റെ സാത്വികഗുണം തെളിഞ്ഞു അതുവഴിയായി ആത്മവിചാരത്തിനും സ്വയം സഹായം സിദ്ധിക്കുന്നു.

13. **വിഷയവാസനകൾ കടലിലെ തിരമാലകൾ പോലെ അളവറ്റു തോന്നുന്നുണ്ടല്ലോ; അവയെല്ലാം എപ്പോൾ ഇല്ലാതാകും?**
സ്വരൂപധ്യാനം തെളിഞ്ഞു തെളിഞ്ഞു വരുന്തോറും വിചാരങ്ങളെല്ലാം അടങ്ങിക്കൊള്ളും.

14. **വിചാരം ചുരുങ്ങിവന്നു സകല വിഷയവാസനകളും ഇല്ലാതായി സ്വരൂപധ്യാനം മാത്രമായി ഇരിക്കുവാൻ സാധിക്കുമോ?**
സാദ്ധ്യമോ അല്ലയോ എന്ന ആശങ്കയ്ക്ക് ഇടംകൊടുക്കാതെ സ്വരൂപധ്യാനത്തെ വിടാതെ മുറുകെ പിടിക്കണം. ഒരുവൻ എത്രതന്നെ പാപിയായിരുന്നാലും 'ഞാൻ പാപിയായിരുന്നല്ലോ, എങ്ങനെ എനിക്ക് ഗതി ഉണ്ടാകും' എന്നിങ്ങനെ വ്യസനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കാതെ, താൻ പാപിയാണെന്നുള്ള വിചാരത്തെ തീരെ തള്ളിക്കളഞ്ഞു സ്വരൂപധ്യാനത്തിൽ ശ്രദ്ധയുള്ളവനായിരുന്നാൽ അവൻ നിശ്ചയമായും നിവൃത്തനാകും. നല്ല മനസ്സെന്നും ചീത്ത മനസ്സെന്നും രണ്ടു മനസ്സില്ല; മനസ്സൊന്നേയുള്ളൂ. വാസനകളാകട്ടെ ശുഭമെന്നും ആശുഭമെന്നും രണ്ടു വിധമുണ്ട്. മനസ്സ് ശുഭവാസനയ്ക്ക് വശഗതമാകുമ്പോൾ നല്ല മനസ്സെന്നും അശുഭവാസനയുടെ വശത്താകുമ്പോൾ ചീത്ത മനസ്സെന്നും പറയപ്പെടുന്നു.

പ്രപഞ്ചവിഷയങ്ങളിലേക്കും മറ്റുള്ളവരുടെ കാര്യങ്ങളിലേക്കും മനസ്സിനെ വിട്ടയക്കരുത്. അന്യർ എത്രതന്നെ നീചന്മാരായിരുന്നാലും അവരുടെ നേരെ ദ്വേഷം ഉണ്ടാകരുത്. രാഗം, ദ്വേഷം ഇവ രണ്ടും വെറുക്കത്തക്കവയാകുന്നു. മറ്റുള്ളവർക്ക് കൊടുക്കുന്നതൊക്കെ തനിക്കാണ് കൊടുക്കുന്നത്. ഇങ്ങനെയാണെന്നറിഞ്ഞാൽ ഏവനാണ് കൊടുക്കാതിരിക്കുന്നത്. താൻ ഉയർന്നാൽ സകലവും ഉയരും; താൻ അടങ്ങിയാൽ എല്ലാം അടങ്ങും. എത്രത്തോളം താനടങ്ങുന്നുവോ അത്രത്തോളം നന്മയുമുണ്ട്. മനസ്സടക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ എവിടെയിരുന്നാലും ഇരിക്കാം.

15. **വിചാരണ എതുവരേയ്ക്കും വേണം?**
മനസ്സിൽ ഏതുവരെ വിഷയവാസന ഇരിക്കുന്നുവോ അതുവരെ 'ഞാൻ ആരാണ്' എന്ന വിചാരണയും വേണം. വിചാരങ്ങൾ വന്നുകൊണ്ടിരിക്കെ അപ്പോഴപ്പോൾ അവയെല്ലാം ഉത്പ്പത്തിസ്ഥാനത്തുതന്നെ വിചാരണകൊണ്ടു നശിപ്പിക്കണം. ഒരുവൻ സ്വരൂപത്തെ പ്രാപിക്കുന്നതുവരെ നിരന്തരമായി സ്വരൂപസ്മരണ നടത്തുന്നുവെങ്കിൽ അതുമാത്രം മതി. കോട്ടയ്ക്കുള്ളിൽ ശത്രുക്കൾ ഉള്ളകാലംവരെ അവർ അതിൽനിന്നു പുറത്തേക്ക് വന്നുകൊണ്ടിരിക്കും; വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ അവരെ എല്ലാം വെട്ടിക്കൊന്നുകൊണ്ടിരുന്നാൽ കോട്ട കൈവശപ്പെടും.

16. **സ്വരൂപത്തിന്റെ പ്രകാരം എന്താകുന്നു?**
യഥാർത്ഥമായിട്ട് ആത്മസ്വരൂപം ഒന്നേയുള്ളൂ. ജഗത്ത്, ജീവൻ, ഈശ്വരൻ എന്നതൊക്കെ ശുക്തിയിൽ രജതമെന്നപോലെ അതിൽ കൽപ്പിതങ്ങളാകുന്നു. ഇവ മൂന്നും ഒരുകാലത്ത് തോന്നും, ഒരുകാലത്ത് മറയും.

ഞാനെന്ന വിചാരം അൽപംപോലുമില്ലാത്ത അവസ്ഥ തന്നെയാകുന്നു സ്വരൂപം. അതുതന്നെയാണ് മൗനമെന്നു പറയുന്നത്. സ്വരൂപം തന്നെ ജഗത്ത്, സ്വരൂപം തന്നെ ഞാൻ, സ്വരൂപം തന്നെ ഈശ്വരൻ, എല്ലാം ശിവരൂപം തന്നെ.

17. **എല്ലാം ഈശ്വരൻ ചെയ്യുന്നുവെന്നോ?**
ഇച്ഛാശക്തി സങ്കല്പം കൂടാതെ ഉദിച്ച സൂര്യന്റെ സന്നിധിമാത്രത്താൽ സൂര്യകാന്തം അഗ്നിവമിക്കുന്നതും, താമര വിടരുന്നതും, ജലം വറ്റുന്നതും, ലോകം അതാതുകാര്യങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിച്ചു അടങ്ങുന്നതും കാന്തസൂചി ചേഷ്ടിപ്പതും പോലെ ഈശ്വരസന്നിധാനവിശേഷമാത്രത്താൽ നടക്കുന്ന സൃഷ്ടിസ്ഥിതിസംഹാരങ്ങൾ അഥവാ പഞ്ചകൃതങ്ങൾക്കുൾപ്പെട്ട ജീവികൾ അതാതു കർമ്മത്തിനനുസരിച്ചു ചേഷ്ടിച്ചടങ്ങുന്നു. അല്ലാതെ അവർ സങ്കൽപ്പത്തോട് കൂടിയവരല്ല; ഒരു കർമ്മവും അവർക്ക് ബാധകമല്ല; അത് ലോകകർമ്മങ്ങൾ സൂര്യനെ ബാധിക്കാത്തതുപോലെയും ചതുർഭൂതങ്ങൾ വ്യാപകമായ ആകാശത്തെ ബാധിക്കാത്തതുപോലെയും

ആകുന്നു.

18. **ഭക്തരിൽ ഉത്തമനായ ഭക്തൻ ആരാണ്?**
ഏവനൊരുത്തനോ ദൈവികസ്വരൂപസന്നിധാനത്തിൽ ത്യാഗം ചെയ്യുന്നു, അവൻതന്നെ ശ്രേഷ്ഠനായ ഭക്തൻ. ആത്മചിന്തനയല്ലാതെ വേറെ യാതൊരു വിചാരധാരക്കും അൽപ്പംപോലും അവകാശം നൽകാതെ ആത്മനിഷ്ഠാപരനായിരിക്കുന്നത് തന്നെയാണ് ആത്മാർപ്പണം ചെയ്തു എന്നത്.

ഈശ്വരന്റെ പേരിൽ എത്രതന്നെ ഭാരം ചുമത്തിയാലും അതൊക്കെ അദ്ദേഹം വഹിച്ചുകൊള്ളും. സകലകാര്യങ്ങളെയും ഒരു പരമേശ്വരശക്തി നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനാൽ നമ്മളും അതിന് വഴങ്ങിയിരിക്കാതെ ഇങ്ങനെ ചെയ്യണം അങ്ങനെ ചെയ്യണം എന്ന് സദാ ചിന്തിക്കുന്നതെന്തിനാകുന്നു? തീവണ്ടി സകല ഭാരങ്ങളെയും വഹിച്ചുകൊണ്ട് പോകുന്നത് അറിഞ്ഞിരുന്നിട്ടും അതിൽകയറിപോകുന്ന നാം നമ്മുടെ ചെറിയ ഭാണ്ഡത്തെയും അതിൽവച്ചു സുഖമായിരിക്കാതെ അത് നമ്മുടെ തലയിൽ കയറ്റിക്കൊണ്ടു എന്തിന് കഷ്ടപ്പെടുന്നു?

19. **വൈരാഗ്യമെന്നത് എന്താകുന്നു?**
ഏതേതു വിചാരങ്ങൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുവോ അവയെല്ലാം ഒന്നുപോലും വിടാതെ ഉൽപത്തിസ്ഥാനത്തുതന്നെ അടക്കിക്കളയുകയാകുന്നു വൈരാഗ്യം. മുത്തെടുക്കുന്നവർ അരയിൽ കല്ലുകെട്ടി മുങ്ങി കടലിന്റെ അടിയിൽ കിടക്കുന്ന മുത്ത് എങ്ങനെയെടുക്കുന്നുവോ, അപ്രകാരംതന്നെ ഓരോരുത്തർക്കും വൈരാഗ്യത്തോടെ ഉള്ളിൽ മുഴുകി ആത്മമുത്ത് സമ്പാദിക്കാം.

20. **ദൈവത്താലും ഗുരുവിനാലും ഒരു ജീവനെ മുക്തനാക്കുവാൻ കഴിയുകയില്ലേ?**
ദൈവവും ഗുരുവും മുക്തിമാർഗ്ഗം കാട്ടിക്കൊടുക്കും. അല്ലാതെ അവർതന്നെ ജീവികളെ മുക്തരാക്കില്ല.

വാസ്തവത്തിൽ ദൈവവും ഗുരുവും വേറെയില്ല. പുലിയുടെ വായിൽപ്പെട്ടത് തിരിയെ വാരാത്തതെങ്ങനെയോ അതുപോലെ ഗുരുവിന്റെ കൃപാകടാക്ഷത്തിൽപ്പെട്ടവർ അദ്ദേഹത്താൽ രക്ഷിക്കപ്പെടുന്നതല്ലാതെ ഒരു കാലത്തും ഉപേക്ഷിക്കപ്പെടുന്നതല്ല. എങ്കിലും ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ പ്രയത്നത്താൽത്തന്നെ ദൈവം അല്ലെങ്കിൽ ഗുരു കാട്ടിത്തന്നവഴി തെറ്റാതെ മുക്തിയടയേണ്ടതാകുന്നു. തന്നെ തന്റെ ജ്ഞാനദൃഷ്ടി കൊണ്ടുതന്നെ അറിയണം; അല്ലാതെ അന്യരാൽ എങ്ങനെയറിയും? രാമനെന്ന ഒരുവന് താൻ രാമനാണെന്നറിയുവാൻ കണ്ണാടി വേണമോ?

21. **മുക്തിയിൽ ഇച്ഛയുള്ളവർക്ക് തത്ത്വവിചാരം ആവശ്യമാണോ?**

കുപ്പയെ ചുട്ടുകരിച്ചുകളയേണ്ട ഒരുവൻ അതിനെ തിരഞ്ഞുനോക്കുന്നതിൽ പ്രയോജനമില്ലാത്തതുപോലെ, അവനവനെ അറിയേണ്ടുന്ന ഒരുവൻ അവനെ മറച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന തത്ത്വങ്ങളെ ഒന്നായി തള്ളിക്കളയാതെ അവയുടെ എണ്ണം കണക്കെടുക്കുന്നതിലും അവയുടെ ക്രമങ്ങളെ ആരായുന്നതിലും ഫലമില്ല. പ്രപഞ്ചത്തെ ഒരു സ്വപ്നത്തെപ്പോലെ ഗണിച്ചുകൊള്ളണം.

22. **ജാഗ്രദവസ്ഥക്കും സ്വപ്നാവസ്ഥക്കും തമ്മിൽ ഭേദമില്ലേ?**
ജാഗ്രത്ത് ദീർഘം, സ്വപ്നം ക്ഷണികം എന്നല്ലാതെ ഭേദമൊന്നുമില്ല. ജാഗ്രത്തിൽ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വ്യവഹാരങ്ങളെല്ലാം എങ്ങനെ സത്യമെന്നുതോന്നുന്നുവോ, അതുപോലെ സ്വപ്നത്തിൽ നടക്കുന്ന വ്യവഹാരങ്ങളും ഉള്ളതായി ആ സമയത്ത് തോന്നും. സ്വപ്നത്തിൽ മനസ്സു വേറെയൊരു ശരീരത്തെ അംഗീകരിക്കുന്നു. ജാഗ്രൽസ്വപ്നങ്ങൾ രണ്ടിലും വിചാരങ്ങളും നാമരൂപങ്ങളും ഏകകാലത്തിൽ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

23. **മുമുക്ഷുക്കൾക്ക് ശാസ്ത്രപഠനംകൊണ്ട് പ്രയോജനമുണ്ടോ?**
ഏത് ശാസ്ത്രത്തിലും മുക്തി സമ്പാദിക്കുവാൻ മനസ്സിനെ അടക്കണമെന്ന് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതിനാൽ മനോനിഗ്രഹമാകുന്നു ശാസ്ത്രങ്ങളുടെ മുഖ്യപ്രയോജനം എന്നറിഞ്ഞതിനുശേഷം അവയെ അവസാനമില്ലാതെ പഠിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഫലമില്ല. മനസ്സ് അടക്കുന്നതിന് താൻ ആരെന്ന് തന്നോടുതന്നെ ചോദിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അല്ലാതെ എങ്ങനെ അത് ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ പ്രദിപാദിക്കപ്പെടുന്നു? അവനവനെ അവനവന്റെ ജ്ഞാനക്കണ്ണുകൊണ്ടുതന്നെ അറിയണം. താൻ പഞ്ചകോശങ്ങൾക്കുള്ളിൽ ഇരിക്കുന്നു. ശാസ്ത്രങ്ങൾ അവയിൽനിന്നു ബഹിർഭാഗത്തും ഇരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് പഞ്ചകോശങ്ങളെയും നീക്കി വിചാരിക്കേണ്ടതായിരിക്കുന്ന 'തന്നെ' ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ തിരയുന്നത് വ്യർത്ഥമാകുന്നു. പഠിച്ചത് മുഴുവനും ഒരുകാലത്ത് മറക്കേണ്ടിവരും.

24. **സുഖമെന്നാൽ എന്താണ്?**
സുഖമെന്നത് ആത്മസ്വരൂപം തന്നെ. സുഖവും ആത്മസ്വരൂപവും വേറെയല്ല. പദാർഥങ്ങളിൽ ഒന്നിൽനിന്നെങ്കിലും സുഖമെന്നത് ലഭിക്കില്ല. അവയിൽനിന്ന് സുഖം കിട്ടുമെന്ന് നാം നമ്മുടെ അവിവേകത്താൽ വിചാരിക്കുന്നു. മനസ്സ് ബഹിർമുഖമാവുമ്പോൾ ദുഖത്തെ അനുഭവിക്കുന്നു. വാസ്തവത്തിൽ നമ്മുടെ കാര്യങ്ങൾ പൂർത്തിയാവുന്നതോടുകൂടി മനസ്സ് തന്റെ യഥാസ്ഥാനത്തു തിരിച്ചുവന്നു ആത്മസുഖത്തെ തന്നെ അനുഭവിക്കുന്നു. അതുപോലെതന്നെ, ഉറക്കം, സമാധി, മൂർച്ഛ മുതലായ കാലങ്ങളിലും, ഇഷ്ടപദാർത്ഥം ലഭിക്കുമ്പോഴും അനിഷ്ടപദാർത്ഥം നശിക്കുമ്പോഴും മനസ്സ് അന്തർമുഖമായി ആത്മസുഖത്തെ തന്നെ അനുഭവിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ മനസ്സ് ആത്മാവിനെവിട്ട് പുറമെ പോയ്ക്കൊണ്ടും ഉള്ളിലേക്ക് വന്നുകൊണ്ടും ഒഴിവില്ലാതെ അലയുന്നു. മരത്തിന്റെ കീഴിൽ നിഴൽ സുഖമായി

വാഴുന്നു, പുറമെ വെയിൽ എരിയുന്നു. പുറത്തു സഞ്ചരിക്കുന്ന ഒരുവൻ നിഴലിൽച്ചെന്ന് തണുപ്പ് അനുഭവിക്കുന്നു.

അൽപനേരം കഴിഞ്ഞതിനുശേഷം പുറത്തിറങ്ങി വെയിലിന്റെ ചൂടു സഹിക്കാൻ വയ്യാതെ വീണ്ടും മരത്തിന്റെ കീഴിൽ വന്നിരിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ തണലിൽനിന്ന് വെയിലിലേക്ക് പോകുകയും, വെയിലിൽനിന്ന് തണലിലേക്ക് വരുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നവൻ അവിവേകിയാകുന്നു. എന്നാൽ വിവേകിയാകട്ടെ, തണലിൽനിന്നും മാറുന്നില്ല. അതുപോലെ, ജ്ഞാനിയുടെ മനസ്സും ഈശ്വരനെ വിട്ടുപിരിയുന്നതല്ല. പക്ഷേ, അജ്ഞാനിയുടെ മനസ്സാകട്ടെ, പ്രപഞ്ചത്തിൽ കളിച്ചു ദുഃഖമനുഭവിക്കുകയും ഇടയ്ക്ക് ഈശ്വരനെ പ്രാപിച്ചു സുഖമനുഭവികുകയും ചെയ്യുന്നു. ജഗത്ത് എന്നത് സങ്കൽപ്പമാകുന്നു. ജഗത്ത് മറയുമ്പോൾ, അതായത് സങ്കൽപ്പങ്ങൾ നശിക്കുമ്പോൾ, മനസ്സ് ആനന്ദത്തെ അനുഭവിക്കുന്നു. ജഗത്തുണ്ടെന്നു തോന്നുമ്പോൾ ദുഖാനുഭവമുണ്ടാകുന്നു.

25. **ജ്ഞാനദൃഷ്ടി എന്നാൽ എന്താണ്?**
ചിന്താശൂന്യത തന്നെയാകുന്നു ജ്ഞാനദൃഷ്ടി. ചിന്താശൂന്യത എന്നാൽ ആത്മസ്വരൂപത്തിൽ മനസ്സിന്റെ ലയമാകുന്നു. അല്ലാതെ അന്യരുടെ മനസ്സറിയുക, ത്രികാലജ്ഞാനം, ദൂരദേശവർത്തമാനങ്ങൾ അറിയുക, എന്നിവ ജ്ഞാനദൃഷ്ടിയാകുന്നതല്ല.

26. **വൈരാഗ്യത്തിനും ജ്ഞാനത്തിനും തമ്മിൽ ബന്ധമെന്ത്?**
വൈരാഗ്യവും ജ്ഞാനവും വിഭിന്നമല്ല. യഥാർത്ഥത്തിൽ രണ്ടും ഒന്നാകുന്നു. വൈരാഗ്യമെന്നത് ഒരു വിഷയത്തിലും മനസ്സിന് സക്തിയില്ലായ്കയാകുന്നു. ജ്ഞാനമെന്നാൽ ഒരു വിഷയവും ഓർക്കായ്കയാകുന്നു. അന്യവസ്തുക്കളിൽ ആഗ്രഹമില്ലാതിരിക്കുന്നത് വൈരാഗ്യം. മനസ്സിനെ അവിടേക്ക് വിടാതിരികുന്നത് ജ്ഞാനം.

27. **വിചാരത്തിനും ധ്യാനത്തിനും തമ്മിൽ ഭേദമെന്ത്?**
ആത്മവിചാരം. തന്നിൽ ത്തന്നെ മനസ്സുവയ്ക്കുന്നത്; ധ്യാനമെന്നത് താൻ ഈശ്വരനെന്നും സച്ചിദാനന്ദമെന്നും ഭാവിക്കുന്നതാകുന്നു.

28. **മുക്തി എന്നാൽ എന്ത്?**
ബദ്ധനായിരിക്കുന്ന താൻ ആരാണെന്ന് ആലോചിച്ചു യഥാർത്ഥസ്വരൂപത്തെ അറിയുകയാകുന്നു മുക്തി.

ശുഭം